



Conciliare vita-lavoro e genitorialità

Tra senso di colpa e senso del dovere

dott.ssa Emanuela Barreri
Psicologa del Lavoro e Commercialista



Il senso di colpa

- Educazione alla disponibilità
- Difficoltà a dire di no
- Colpa per il tempo tolto a lavoro e famiglia

Il senso del dovere

- Etica e responsabilità
- Quando il dovere si irrigidisce
- La trappola dell'autosacrificio



Il dilemma invisibile

Nella libera professione essere sempre presenti
è un valore

Ma quando diventa una trappola emotiva?

**SENSO
DI COLPA**

**SENSO
DEL DOVERE**



Genitorialità e libera professione

Lavorare per garantire un futuro, perdere il presente

I giovani e il principio YOLO: You Only Live Once.

Strategie pratiche

Dire di no
consapevolmente

Delegare,
riorganizzare

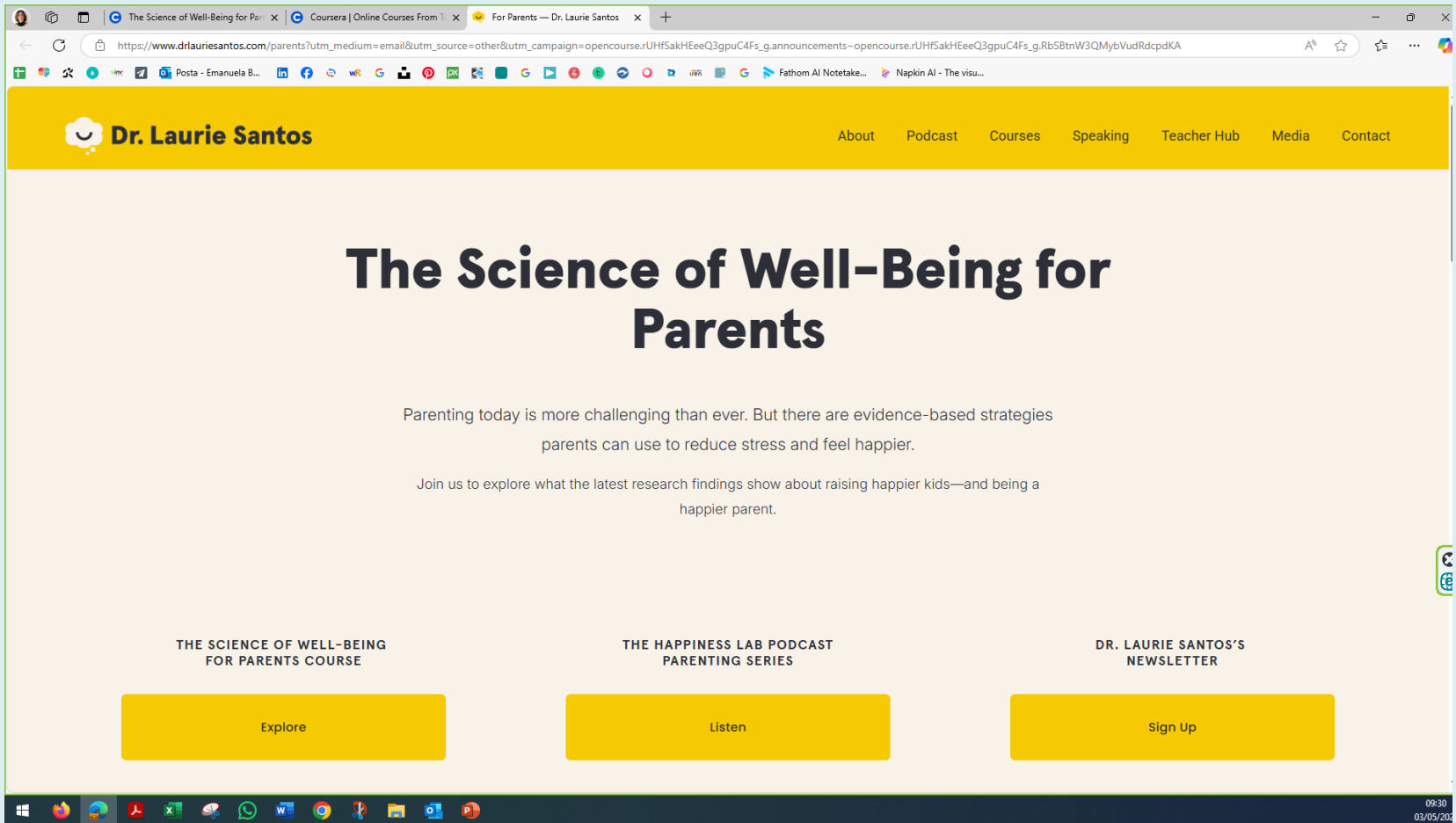
Investire tempo per
avere tempo



La vita non si rimanda

**Essere buoni professionisti e buoni genitori è
possibile**

Serve equilibrio, consapevolezza e coraggio



https://www.drlauriesantos.com/parents?utm_medium=email&utm_source=other&utm_campaign=opencourse.rUHfSakHEeeQ3gpuC4Fs_g.announcements~opencourse.rUHfSakHEeeQ3gpuC4Fs_g.RbSBtnW3QMybVudRdcpdKA

coursera